



ULTRA TRAIL  
**CERVEIRA**

MONTANHA MÁGICA

# ULTRA TRAIL CERVEIRA

#montanhamágica



# REGULAMENTO



<b>1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO</b>	<b>4</b>
1.1. IDADE PARA PARTICIPAÇÃO NAS DIFERENTES PROVAS	4
1.2. INSCRIÇÃO REGULARIZADA	4
1.3. CONDIÇÕES FÍSICAS	4
1.4. AJUDA EXTERNA	5
1.5. COLOCAÇÃO DO PEITORAL	5
1.6. REGRAS DE CONDUITA DESPORTIVA	6
1.7. COMUNICAÇÃO/CONTATO COM A ORGANIZAÇÃO	6
<b>2. PROVA</b>	<b>7</b>
2.1. O ULTRA TRAIL DE CERVEIRA É CONSTITUÍDO POR TRÊS PROVAS, COM INÍCIO E FIM EM VILA NOVA DE CERVEIRA E UMA CAMINHADA:	7
2.2. APRESENTAÇÃO DA PROVA(S)/ORGANIZAÇÃO	7
2.3. PROGRAMA/HORÁRIO	8
2.4. DISTÂNCIA/ALTIMETRIA/PERFIL ALTIMÉTRICO/CATEGORIZAÇÃO DE DIFICULDADE	9
2.5. MAPA/DESCRIÇÃO PERCURSO	9
2.6. TEMPOS LIMITE	10
2.7. METODOLOGIA DE CONTROLO DE TEMPOS	10
2.8. POSTOS DE CONTROLO	10
2.9. LOCAIS DOS ABASTECIMENTOS	11
2.10. MATERIAL OBRIGATÓRIO	12
2.11. PENALIZAÇÕES/ DESCLASSIFICAÇÕES	13
2.12. INFORMAÇÃO SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO	14
2.13. RESPONSABILIDADES PERANTE O ATLETA/PARTICIPANTE	14
2.14. SEGURO DESPORTIVO	14

<b>3. INSCRIÇÕES</b>	<b>14</b>
3.1. PROCESSO DE INSCRIÇÃO (LOCAL, PÁGINA WEB, MÉTODO DE PAGAMENTO)	14
3.2. CONDIÇÕES PARA A DEVOLOÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO	15
3.3. MATERIAL INCLUÍDO COM A INSCRIÇÃO	15
3.4. SECRETARIADO DA PROVA/HORÁRIOS E LOCAIS - JUNTO DA CÂMARA MUNICIPAL DE VILA NOVA DE CERVEIRA.	16
3.5. SERVIÇOS DISPONIBILIZADOS	16
<b>4. DATA, LOCAL E HORA DE ENTREGA DE PRÉMIOS</b>	<b>16</b>
4.1. DEFINIÇÃO DAS CATEGORIAS ETÁRIAS/SEXO INDIVIDUAIS E EQUIPAS	16
4.2. PONTUAÇÃO E CLASSIFICAÇÃO POR EQUIPAS NO ULTRATRAIL DE CERVEIRA 45KM, 21,2KM E 15,5KM.	18
4.3. CRITÉRIO DE DESEMPATE	18
4.4. PRÉMIOS MONETÁRIOS	18
4.5. RECLAMAÇÕES	18
4.6. JÚRI DA COMPETIÇÃO	18
4.7. ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO E ÉTICA NA COMPETIÇÃO	19
4.8. CASOS OMISSOS	19
<b>5. INFORMAÇÃO</b>	<b>19</b>
5.1. RESPEITO PELA NATUREZA	19
5.2. DIREITOS DE IMAGEM E PUBLICIDADE	19
5.3. PROTEÇÃO DE DADOS	20
5.4. MODIFICAÇÕES	20
5.5. OUTROS	20
<b>6. INFORMAÇÕES ADICIONAIS</b>	<b>20</b>
6.1. COMO CHEGAR	20
6.2. ONDE FICAR	20
6.3. LOCAIS A VISITAR	20
6.4. CONTACTOS:	20
6.5. PARA OUTRAS INFORMAÇÕES CONSULTE O SITE:	20



## 1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

O **Ultra Trail de Cerveira** é um evento de *Trail Running* que decorre nas Serras de Cerveira, percorrendo caminhos e trilhos nas freguesias do concelho de Vila Nova de Cerveira.

### 1.1. IDADE PARA PARTICIPAÇÃO NAS DIFERENTES PROVAS

Nas provas a idade mínima para participação é de 18 anos, com exceção do Trail Curto, onde a idade mínima é de 14 anos, devendo estes, neste caso, apresentar a autorização de participação assinada pelo encarregado de educação.

### 1.2. INSCRIÇÃO REGULARIZADA

A inscrição nas provas do **Ultra Trail de Cerveira** pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas.

### 1.3. CONDIÇÕES FÍSICAS

Para participar é indispensável:

- a. Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente;
- b. Haver adquirido, antes do evento, uma capacidade real de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de prova;

- 
- c. Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas;
  - d. Saber gerir os problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões, etc.;
  - e. Não ser acompanhado por elementos/atletas não inscritos na prova;
  - f. Levar todo o material obrigatório durante a prova;
  - g. Colocar os seus lixos nos abastecimentos fornecidos pela organização;
  - h. Cumprir com todas as normativas da DGS quer durante o período competitivo quer em período prévio à competição.

#### **14. AJUDA EXTERNA**

- a. Não será permitido qualquer ajuda externa fora dos locais definidos pela organização, pelo que, o atleta deve estar consciente da sua condição física (ver ponto 1.3) e gerir os seus problemas que surjam para uma atividade em montanha, de forma segura.
- b. A organização define como área específica para o auxílio ao atleta por parte de acompanhantes ou elementos da equipa a zona de saída dos abastecimentos, devendo estes, posicionarem-se de forma a não prejudicar o normal desenrolar da prova.
- c. Só nesta zona é que é permitida a ajuda externa. Nestas áreas o/a atleta pode receber alimentação, trocar de equipamento. O atleta é obrigado a manter o equipamento obrigatório, podendo deixar/trocar outro equipamento não obrigatório. Só é permitida permanência nessas áreas a acompanhantes ou elementos da equipa.
- d. A ajuda externa fora dos locais permitidos pela organização, será considerada irregular, incorrendo na sanção prevista no ponto 2.11..
- e. O atleta não poderá ser acompanhado ao longo do percurso por elementos/atletas não inscritos na prova. Sendo que esta situação será considerada como ajuda externa.
- f. Os elementos externos devem obedecer às mesmas regras de segurança que os participantes: uso obrigatório de máscara durante a passagem dos atletas e manter o distanciamento social.

#### **15. COLOCAÇÃO DO PEITORAL**

- a. O número do atleta é pessoal e intransmissível e deverá ser usado à frente do corpo e sempre visível. Em caso de desistência, desclassificação ou barramento horário o atleta é obrigado a entregar o peitoral à organização, sem prejuízo do mesmo ser devolvido no final da prova (na meta ou secretariado);
- b. O nome e o logotipo dos patrocinadores não podem ser modificados ou escondidos;
- c. O incumprimento destas regras acarreta a penalização prevista no artigo 2.11.

## 6 ULTRA TRAIL CERVEIRA 2022

### 1.6. REGRAS DE CONDUITA DESPORTIVA

- a. O comportamento inadequado, como seja, o recurso a linguagem ofensiva, a agressão verbal ou física, em todo o evento, poderá ser punido. Os graus de penalização podem ser: advertência, desqualificação, expulsão e conseqüente proibição de inscrição em eventos posteriores (Pelo menos um ano);
- b. O recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal nas redes sociais, blogs ou páginas do **Ultra Trail de Cerveira** será punido com a proibição de inscrição no evento e em eventos posteriores, (pelo menos 1 ano) e bloqueio nas redes sociais;
- c. Estas condutas serão sancionadas segundo o artigo 2.11.

### 1.7. COMUNICAÇÃO/CONTATO COM A ORGANIZAÇÃO

- a. Qualquer contato com a organização deverá ser efetuado pelo formulário de contacto existente na página <https://www.ultratrailcerveira.com> ou através do email: [ultratrailcerveira@gmail.com](mailto:ultratrailcerveira@gmail.com).
- b. A organização não se responsabiliza por dar resposta a qualquer outra forma de contato, nomeadamente mensagens pelo Facebook ou qualquer outro tipo de rede social.



## 2. PROVA

### 2.1. O ULTRA TRAIL DE CERVEIRA É CONSTITUÍDO POR TRÊS PROVAS, COM INÍCIO E FIM EM VILA NOVA DE CERVEIRA E UMA CAMINHADA:

- a. O **Trail Ultra – Médio**, de caráter competitivo, tem início no dia 07 de Maio de 2022, às 7:00 horas, com ±45km de distância e 2950 metros de desnível acumulado positivo;
- b. O **Trail Longo**, de caráter competitivo, tem início no dia 07 de maio de 2022, às 8:30 horas, com ±21,2km de distância e 1700 metros de desnível acumulado positivo;
- c. O **Trail Curto**, de caráter competitivo, tem início no dia 07 de maio de 2022, às 9:30 horas, com ±15,5Km de distância e 1100 metros de desnível acumulado positivo;
- d. A **Caminhada**, de caráter lúdico, tem início no dia 07 de maio de 2022, às 9:40 horas, com ±12Km de distância e 850 metros de desnível acumulado positivo;

### 2.2. APRESENTAÇÃO DA PROVA(S)/ORGANIZAÇÃO

- a. A EDV-VIANA TRAIL e a XLIVE EVENTS, são as entidades organizadoras da edição do evento **Ultra Trail de Cerveira 2022**, que decorrerá de 06 a 07 de maio de 2022 em Vila Nova de Cerveira, independentemente das condições climáticas no dia, desde que a organização entenda que não ofereçam risco aos participantes;
- b. A organização acompanha, em permanência, a evolução das condições meteorológicas podendo anular a prova em qualquer altura;
- c. A realização do **Ultra Trail de Cerveira** fica condicionada ao panorama sanitário afeto ao concelho de Vila Nova de Cerveira na data da realização do evento;
- d. A prova é pontuável para os **Circuitos Nacionais da ATRP**, para a **World Series Qualifier do UTMB** e para a obtenção de **pontos iTRA®**.
- e. Os atletas que queiram participar nas provas da ATRP terão de ser associados nesta mesma Associação e mencionar no campo de inscrições o número da sua Licença Desportiva;
- f. No entanto, o evento está aberto à participação de qualquer atleta que se encontre dentro das condições físicas requeridas;
- g. Todos os atletas inscritos, irão receber, via email, um Guia do Atleta com todas as informações, nas semanas que antecedem a prova.

### 2.3. PROGRAMA/HORÁRIO

#### **Sexta-feira 06 de maio 2022**

18:00 – Abertura secretariado para entrega de dorsais.

22:00 – Encerramento.

#### **Sábado 07 maio 2022**

06:00 – Abertura secretariado.

06:30 – Controlo Zero.

07:00 – Partida – Trail Utra – Médio

08:00 – Controlo Zero.

08:30 – Partida geral Trail Longo.

09:30 – Partida geral Trail Curto.

09:40 – Partida geral Caminhada.

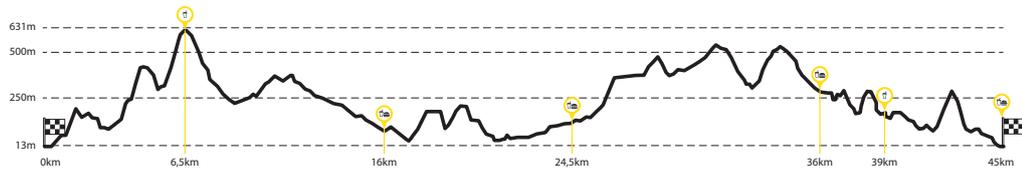
14:00 – Entrega de prémios.

#### Observações

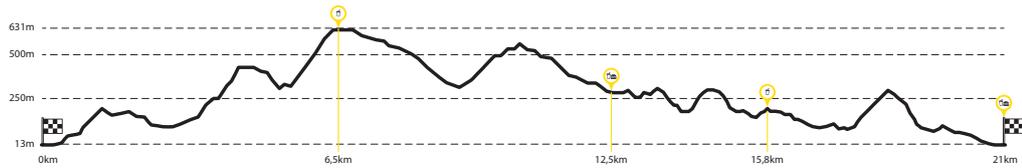
- a. Os participantes devem estar devidamente preparados com, pelo menos, o tempo necessário para não provocar atrasos ou aglomerações, devidamente equipados e aptos a participar na corrida;
- b. Existirá o controlo zero;
- c. A prova será em sistema de open-road, em que o atleta é responsável pela passagem de estradas, cumprindo as regras do código da estrada;
- d. O relógio iniciará a contagem no momento estabelecido, com ou sem a presença dos participantes;
- e. Se na data de realização do evento, a Pandemia por COVID-19 ainda se mantiver serão aplicadas as medidas de segurança que se descreverão neste e nos pontos seguintes do regulamento, e por isso, o programa apresentado poderá sofrer alterações devido as restrições da pandemia Covid-19;
- f. No caso da Pandemia se manter, as partidas serão feitas de forma faseada. Os atletas irão partir em grupos, com intervalos de 1 e 5 minutos, ordenados por ranking itra/atrp; os atletas que não tiverem ranking partem no fim por ordem de inscrição, exceto os dorsais Vip que partirão no primeiro grupo;
- g. O uso de máscara facial é obrigatório na partida e até 400m após a mesma, podendo depois ser retirada em local que estará devidamente assinalado;
- h. À chegada, após cortar a meta, todos os participantes são obrigados a colocar novamente a máscara de proteção.

## 2.4. DISTÂNCIA/ALTIMETRIA/PERFIL ALTIMÉTRICO/CATEGORIZAÇÃO DE DIFICULDADE

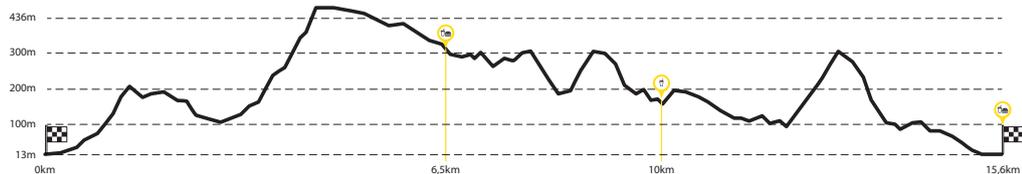
### Trail Ultra - Médio ±45km e D+2950



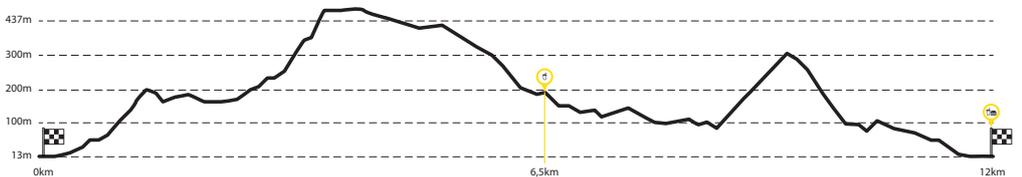
### Trail Longo ±21,2km e D+1700



### Trail Curto ±15,5km e D+1100



### Caminhada ±12km e D+850



## 2.5. MAPA/DESCRIÇÃO PERCURSO

- Os percursos do **Ultra Trail de Cerveira** são compostos por caminhos, trilhos, estradas florestais, estradas rodoviárias, ribeiras, penedos, etc. Contudo as provas não estão totalmente fechadas e nesse sentido os participantes devem ter em consideração o facto de poder haver viaturas, pessoas e animais a circular num ou noutro sentido dos percursos da prova.
- O atravessamento de estradas públicas deve merecer a máxima atenção por parte dos participantes.
- Poderá existir alguma sinalização no terreno, contudo, prevalecerá a sinalização colocada no terreno pela organização. Essa sinalização é feita com fitas e estarão sempre à direita do atleta, salvo situações que não o permitam, como exemplo falta de pontos de colocação de fitas ou viragens.
- A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo os atletas respeitá-lo ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos.
- Vão ficar definidos percursos alternativos, para precaver a necessidade de anular trilhos no dia das provas.

## 2.6. TEMPOS LIMITE

Tempo limite para concluir as provas:

- a. **Trail Ultra – Médio** – 45km – 9 Horas na meta
- b. **Trail Longo** – 21,2km – 7 Horas na meta
- c. **Trail Curto** – 15,5km – 5 Horas na meta
- d. **Caminhada** – 12km – 4 Horas na meta

Para evitar passar em zonas mais sensíveis do ponto de vista da segurança, são ainda estabelecidos os seguintes tempos de passagens:

**Trail Ultra – Médio** – Km 24,5 pelas 12h00m com 5h00m de prova – Posto de abastecimento e controle da Freguesia de Covas

**Trail Ultra – Médio** – Km 36 pelas 14h00 com 7h00m de prova – Posto de abastecimento e controle de Souto

As distâncias (aproximadas) indicadas poderão não corresponder ao gps de cada atleta, pelo que só contará o tempo da passagem no posto de controlo.

## 2.7. METODOLOGIA DE CONTROLO DE TEMPOS

- a. Será utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos por intermédio de um chip, colocado na sapatilha ou no dorsal. Nos postos de controlo existirá um tapete eletrónico ou outro dispositivo que registará a passagem dos atletas.
- b. O chip é entregue no levantamento do dorsal e o atleta deve devolver no final da prova. Existirão elementos da organização a recolher também os chip's.
- c. A não devolução do chip à organização implica o pagamento de 10,00€.

## 2.8. POSTOS DE CONTROLO

- a. Ao longo do percurso existirão postos de controlo. Os atletas terão que parar a fim de ser registado o controlo no seu dorsal e a verificação do material obrigatório quando solicitada. O controlo do material obrigatório é aleatório. Os atletas devem respeitar a ordem de chegada ao controlo.
- b. A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo ou abastecimento, sem aviso prévio. Em condições climatéricas extremas a partida pode ser atrasada no máximo duas horas, período após o qual, a prova é cancelada. Poderá também suspender, reduzir ou parar a prova, nas condições climatéricas mencionadas. Em ambos os casos, não haverá direito a reembolso.

## 2.9. LOCAIS DOS ABASTECIMENTOS

### Trail Ultra – Médio Médio 45km e D+2950

PAC	Km	Local	Coordenadas	Tipologia
1	6,5	Alto da Pena	41°55'15.691N; 8°42'N43.864W	Líquidos (Água e Isotônico)
2	16	Sopo – Capela da Senhora da Agonia	41°53'47.70N; 8°45'7.81W	Sólidos / Líquidos
3	24,5	COVAS	41°53'10.56N; 8°42'11.00W	Sólidos / Líquidos
4	36	Chelo – Candemil	41°56'31.23N; 8°42'N03.20W	Sólidos / Líquidos
5	39	Moinhos da Gávea	41°56'54.125N; 8°42'N59.595W	Líquidos (Água e Isotônico)
6	45	Meta	41°56'22.77N; 8°44'39.53W	Sólidos / Líquidos

### Trail Longo 21,2km e D+1700

PAC	Km	Local	Coordenadas	Tipologia
1	6,5	Alto da Pena	41°55'15.691N; 8°42'N43.864W	Líquidos (Água e Isotônico)
2	12,5	Souto	41°56'31.23N; 8°42'N03.20W	Sólidos / Líquidos
3	15,8	Moinhos da Gávea	41°56'54.125N; 8°42'N59.595W	Líquidos (Água e Isotônico)
4	21,2	Meta	41°56'22.77N; 8°44'39.53W	Sólidos / Líquidos

### Trail Curto 15,5km e D+1100

PAC	Km	Local	Coordenadas	Tipologia
1	6,5	Souto	41°56'31.23N; 8°42'N03.20W	Sólidos / Líquidos
2	10	Moinhos da Gávea	41°56'54.125N; 8°42'N59.595W	Líquidos (Água e Isotônico)
3	15,5	Meta	41°56'22.77N; 8°44'39.53W	Sólidos / Líquidos

### Caminhada 12km e D+850

PAC	Km	Local	Coordenadas	Tipologia
1	6,5	Moinhos da Gávea	41°56'54.125N; 8°42'N59.595W	Líquidos (Água e Isotônico)
2	12	Meta	41°56'22.77N; 8°44'39.53W	Sólidos / Líquidos

As distâncias correspondem a um valor aproximado;

- a. À entrada dos abastecimentos é obrigatória a desinfecção das mãos e o uso de máscara de proteção, durante a permanência nos mesmos. É aconselhado a todos os participantes a manter o distanciamento social de 2m e fazer a lavagem eficaz das mãos sempre que possível;

## 12 ULTRA TRAIL CERVEIRA 2022

- b. Os elementos da organização irão gerir o bom funcionamento dos abastecimentos e o cumprimento das regras de segurança, nomeadamente no que diz respeito ao tempo de permanência nos mesmos, apelando sempre ao bom senso dos intervenientes;
- c. Os participantes devem sempre obedecer às orientações referidas no ponto 1.4 deste regulamento e às indicações dos elementos da organização;
- d. Apenas os elementos do *staff* tocarão nos recipientes com a comida e bebidas disponibilizadas. Os atletas não devem tocar nos recipientes e apenas indicar o que pretendem;
- e. Após se abastecerem, os atletas devem sair para a área de alimentação, manter o distanciamento social de 2m recomendado pela DGS relativamente a outros atletas e, só após, retirarem a máscara de proteção para poderem comer. Os alimentos sólidos disponibilizados devem ser totalmente consumidos ou guardados na mochila.

### 2.10. MATERIAL OBRIGATÓRIO

	Trail Ultra - Médio	Trail Longo	Trail Curto	Caminhada
Vestuário e calçado apropriado para corridas na montanha	X	X	X	X
Recipiente para reserva de água, é aceite qualquer tipo de recipiente, desde que este, consiga manter os líquidos durante a deslocação (mínimo 500ml)	X	X	X	X
Copo ou equivalente (nos abastecimentos não haverá copos de plástico ou garrafas fechadas)	(facultativo)	(facultativo)	(facultativo)	(facultativo)
Frontal	X			
Manta de sobrevivência	X	X		
Apito	X	X		
Telemóvel	X	X	X	
Máscara de Proteção	X	X	X	X

- a. A organização relembra a importância do uso deste material, pois a prova desenvolver-se-á em zonas que atingem os 650 metros de altitude, com temperaturas que poderão ser muito baixas e propícias à existência nevoeiros;
- b. A falta de algum material implica desclassificação, de acordo com o ponto 2.11.;
- c. É obrigatório o uso de máscara de proteção no recinto de levantamento dos dorsais, na arena do evento, no local da partida até ponto devidamente assinalado, nos abastecimentos e logo após o corte da meta, esta pode ser dispensada se na altura da prova não for obrigatório o seu uso.

## 2.11. PENALIZAÇÕES/ DESCLASSIFICAÇÕES

A direção de prova e responsáveis dos postos de controlo são responsáveis pela aplicação das regras deste regulamento, e como tal estão autorizados a aplicar as penalizações e desclassificações estabelecidas na tabela abaixo.

Infração	Sanção
Não prestar assistência a um participante esteja a necessitar de ajuda.	Desclassificação da prova.
Abandonar a prova sem aviso.	Desclassificação da prova.
Troca de dorsal entre atletas, e participar na prova com dorsal não atribuído pela organização.	Desclassificação da prova, inibição de participar na prova no ano seguinte dos dois atletas, em caso de troca.
Partilhar o dorsal com outra pessoa durante parte ou na totalidade do percurso.	Desclassificação da prova, inibição de participar na prova no ano seguinte.
Utilizar transporte não autorizado.	Desclassificação da prova, inibição de participar na prova no ano seguinte.
Falta gravosa ao respeito para com a organização, Júri de prova ou outros participantes, nomeadamente agressão ou insulto, e comentários não fundamentados à Organização nas redes sociais páginas do Ultra Trail de Cerveira	Desclassificação da prova, inibição de participar na prova no ano seguinte.
Retirar sinalização do percurso.	Desclassificação da prova.
Desobedecer às medidas de segurança indicadas pela organização agressão ou insulto.	Desclassificação da prova.
Falhar um ou mais postos de controlo.	1 hora por cada posto de controlo.
Perda de chip ou dorsal.	Desclassificação, exceto se o atleta conseguir provar as suas passagens nos postos de controlo.
Atirar lixo para o chão e/ou danificar o meio ambiente.	Desclassificação da prova.
Receber ajuda externa.	Desclassificação da prova.
Ausência ou recusa em apresentar o material obrigatório	15 minutos por cada item
Peitoral não visível.	Advertência – 2 advertência 5 min penalização
Não uso de Máscara de Proteção nos locais definidos na alínea c) do ponto 2.10	Advertência – 2 advertência 5 min penalização

### 2.12. INFORMAÇÃO SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO

Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito em localidades e estradas de uso público, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

### 2.13. RESPONSABILIDADES PERANTE O ATLETA/PARTICIPANTE

- a. O participante assume, por livre e espontânea vontade, os riscos e suas consequências decorrentes da participação na prova, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer natureza. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos da responsabilidade;
- b. Durante a prova, os atletas poderão efetuar ultrapassagens desde que estas não coloquem em risco a sua integridade e a dos seus concorrentes, tendo o cuidado de a sinalizar, devendo manter sempre um afastamento de 2 metros do atleta a ser ultrapassado. Os atletas ultrapassados devem facilitar a manobra de ultrapassagem, encostando-se ao máximo ou parando se necessário;
- c. A inscrição nas provas implicará total aceitação do presente regulamento.

### 2.14. SEGURO DESPORTIVO

A organização dispõe dos seguros obrigatórios, conforme Decreto-Lei próprio, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição. O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas, e no valor de 100€. Em caso de acidente, o participante deverá contactar a organização com a maior brevidade possível, pelo que a organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

## 3. INSCRIÇÕES

### 3.1. PROCESSO DE INSCRIÇÃO (LOCAL, PÁGINA WEB, MÉTODO DE PAGAMENTO)

- a. O registo quer de pré-inscrição ou inscrição, consoante a prova e modalidade de processo de inscrição, deverá ser efetuado através do formulário específico que estará disponível no site; [www.ultratrailcerveira.com](http://www.ultratrailcerveira.com) a partir das 00:00 do dia 01 de dezembro de 2021;
- b. As inscrições efetuadas e transitadas das edições anteriores, estão validadas para a edição de 2022. Permitimos a mudança total dos dados, sem custos adicionais, no período compreendido entre 01 a 30 de janeiro de 2022.
- c. Não serão aceites pré-inscrições por email ou telefone. Ao fazer a inscrição os atletas que queiram participar, aceitam os termos gerais do regulamento;
- d. Será emitida uma referência multibanco pelo que deve efetuar o pagamento do valor indicado no prazo estipulado;
- e. A inscrição é anulada automaticamente caso o pagamento não seja efetuado. Perdendo, consequentemente a vaga;

f. Distribuição de vagas:

Trail Ultra - Médio	Trail Longo	Trail Curto	Caminhada
200 Inscrições	500 Inscrições	300 Inscrições	100 Inscrições

g. Valores de Inscrição até dia 31 de março :

Trail Ultra - Médio	Trail Longo	Trail Curto	Caminhada
37€	23€	15€	8€

h. Valores de Inscrição depois dia 01 de abril :

Trail Ultra - Médio	Trail Longo	Trail Curto	Caminhada
42€	26€	17€	11€

### 3.2. CONDIÇÕES PARA A DEVOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

- caso o atleta deseje desistir, cancelar ou anular a sua inscrição, pode fazê-lo até 15 de março 2022. Para tal, deverá contactar a organização pelo email, ultratrailcerveria@gmail.com. Deverá indicar todas as informações referentes a sua inscrição e o IBAN. Será devolvido o valor da inscrição paga pelo atleta deduzida das taxas administrativas.
- A organização não efetuará qualquer tipo de devoluções após 15 de março de 2022.
- Não serão admitidas trocas, vendas ou cedências entre atletas, salvo o disposto no ponto 3.1 b).

Para todas as inscrições:

No caso de, por qualquer motivo, não ser permitida a realização do evento levando a que este, seja cancelado e/ou adiado, não será feita a devolução do valor da inscrição. Esta transitará automaticamente para outra data a anunciar.

### 3.3. MATERIAL INCLUÍDO COM A INSCRIÇÃO

Provas	Material
<b>Trail Ultra - Médio</b>	Dorsal, seguro de acidentes pessoal, T-shirt técnica e prémio de chegada (Finisher)
<b>Trail Longo</b>	Dorsal, seguro de acidentes pessoal, T-shirt técnica e prémio de chegada (Finisher)
<b>Trail Curto</b>	Dorsal, seguro de acidentes pessoal, T-shirt técnica e prémio de chegada (Finisher)
<b>Caminhada</b>	Dorsal, seguro de acidentes pessoal, T-shirt técnica e prémio de chegada (Finisher)

### 3.4. SECRETARIADO DA PROVA/HORÁRIOS E LOCAIS - JUNTO DA CÂMARA MUNICIPAL DE VILA NOVA DE CERVEIRA.

- a. Dia 06 de maio, (6.ª feira) das 18:00 às 22:00;
- b. Dia 07 de maio (Sábado) das 06:00 da manhã até à hora de partida da Caminhada;
- c. Todos os participantes devem levantar o seu dorsal nos dias e horários previstos, para evitar constrangimentos no secretariado facilitando o cumprimento das orientações da DGS relativamente à Pandemia por COVID-19;
- d. É obrigatória a desinfeção das mãos e o uso de máscara durante a permanência no secretariado;
- e. Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de um documento de identificação e de quatro alfinetes ou porta dorsal;
- f. O levantamento do dorsal será feito pessoalmente ou por o responsável da equipa;
- g. Tendo em conta as orientações da DGS no combate à COVID-19, no ato do levantamento do dorsal será solicitado a cada participante a assinatura de um Termo de Responsabilidade, no qual assumirá o seguinte:
  - h. Que leu e aceita na íntegra o presente regulamento;
  - i. Que tem capacidade física e psicológica para participar neste tipo de evento;
  - j. Que não apresenta sintomatologia suspeita de infeção por COVID-19;
  - k. Que não teve contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-Cov2 ou Covid-19 nos últimos 14 dias.
- l. O Termo de Responsabilidade deve ser impresso, devidamente assinado e entregue no secretariado no ato do levantamento do dorsal. O link para download do ficheiro será facultado brevemente.

### 3.5. SERVIÇOS DISPONIBILIZADOS

- a. Abastecimento de sólidos e líquidos, enquanto em competição, nos postos assinalados;
- b. Transporte para a chegada, em caso de abandono ou ser impedido pela organização de continuar em prova;
- c. Se na altura a situação pandémica persistir, não haverá duche.

## 4. DATA, LOCAL E HORA DE ENTREGA DE PRÉMIOS

07 maio – 14:00 – Local de Partida/chegada das provas junto da Câmara Municipal de Cerveira

### 4.1. DEFINIÇÃO DAS CATEGORIAS ETÁRIAS/SEXO INDIVIDUAIS E EQUIPAS

- a. Os escalões adotados são os utilizados na ATRP
- b. A organização compromete-se a seguir as indicações e sugestões da ATRP e entregar prémios nos escalões abaixo mencionados da seguinte forma:

**Trail Ultra – Médio** 45km e D+2950

<b>Idade/Escalão</b>	<b>Masculino</b>	<b>Feminino</b>
Geral	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
20-22 anos- Sub23	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
23-39 anos - Sénior	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
40-44 anos – M40/F40	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
45-49 anos – M45/F45	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
50-54 anos – M50/F50	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
55-59 anos – M55/F55	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
60 > anos – M60/F60	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
Prémios por equipas	1.º, 2.º e 3.º Classificado	

**Trail Longo** 21,22km e D+1700

<b>Idade/Escalão</b>	<b>Masculino</b>	<b>Feminino</b>
Geral	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
20-22 anos- Sub23	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
23-39 anos - Sénior	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
40-44 anos – M40/F40	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
45-49 anos – M45/F45	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
50-54 anos – M50/F50	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
55-59 anos – M55/F55	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
60 > anos – M60/F60	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
Prémios por equipas	1.º, 2.º e 3.º Classificado	

**Trail Curto** 15,5km e D+1100

<b>Idade/Escalão</b>	<b>Masculino</b>	<b>Feminino</b>
Geral	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
16-17 anos - Juvenil	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
18-19 anos - Junior	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
20-22 anos- Sub23	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
23-39 anos - Sénior	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
40-44 anos – M40/F40	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
45-49 anos – M45/F45	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
50-54 anos – M50/F50	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
55-59 anos – M55/F55	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
60 > anos – M60/F60	1.º, 2.º e 3.º Classificado	1.º, 2.º e 3.º Classificada
Prémios por equipas	1.º, 2.º e 3.º Classificado	

- c. Para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerada a idade que o atleta terá a 31 de outubro da corrente época competitiva; Exemplo1: Um atleta que faz 40 anos entre 1 de janeiro e 31 de outubro será classificado no escalão M40 durante todo o Campeonato.
- d. Exemplo2: Um atleta que faz 18 anos entre 1 de janeiro e 31 de outubro será classificado no escalão Júnior durante todo o Campeonato.
- e. A realização da cerimónia de entregas de prémios estará condicionada pelas normativas da DGS em vigor durante a data do evento.

#### **4.2. PONTUAÇÃO E CLASSIFICAÇÃO POR EQUIPAS NO ULTRATRAIL DE CERVEIRA 45KM, 21,2KM E 15,5KM.**

A classificação coletiva determina-se em dois passos:

- a. Primeiro, e com base na classificação geral absoluta (sem distinção de escalão, ou sexo...), somam-se os lugares dos 3 primeiros classificados de cada equipa;
- b. Seguidamente ordena-se as equipas por ordem crescente de pontos obtidos na operação anterior, sendo que a que tiver a pontuação mais baixa será a primeira equipa.

#### **4.3. CRITÉRIO DE DESEMPATE**

- a. Primeira equipa a colocar 3 atletas na meta;
- b. Somatório dos tempos dos atletas, prevalece a equipa com menos tempo de prova efetivo.

#### **4.4. PRÉMIOS MONETÁRIOS**

Serão atribuídos prémios monetários aos atletas de acordo com a seguinte tabela na distância de Ultra Trail:

<b>Classificações</b>	<b>Trail Ultra – Médio</b>
1.º Lugar na geral M/F	200€
2.º Lugar na geral M/F	100€
3.º Lugar na geral M/F	50€

#### **4.5. RECLAMAÇÕES**

As reclamações às classificações têm de ser efetuadas até 15 min após estas estarem afixadas/publicadas mediante uma caução no valor de 50€ que será devolvida se esta for aceite. Para mais informações, consultar o Regulamento de Competições ATRP.

#### **4.6. JÚRI DA COMPETIÇÃO**

O Júri da competição é constituído pelo Diretor de prova e pelo Delegado da ATRP.

#### 4.7. ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO E ÉTICA NA COMPETIÇÃO

A inscrição no evento pressupõe a aceitação, por parte do atleta, deste regulamento. Qualquer atleta deve ter um comportamento exemplar e de *fair-play* para com todos os envolvidos na competição, não só com os adversários, bem como com os elementos da organização e juízes-árbitro. Deve também abster-se de utilizar substâncias, grupos farmacológicos e métodos destinados a aumentar artificialmente as suas capacidades físicas. De qualquer forma, qualquer participante deve obrigatoriamente passar por qualquer controlo antidopagem, se para isso for solicitado.

#### 4.8. CASOS OMISSOS

- a. Na falta de qualquer ponto ou para esclarecer estas regras, reportar-se-á ao Regulamento de Competições da ATRP;
- b. Devido à situação pandémica a organização poderá atualizar o regulamento a qualquer altura por imposição da alteração das normas da DGS.

## 5. INFORMAÇÃO

Toda a informação referente ao evento, e a Vila Nova de Cerveira que não está referida neste regulamento pode ser consultada em:

<https://ultratrailcerveira.com/>

<https://www.facebook.com/ultra.trail.cerveira>

<http://www.cm-vncerveira.pt/>

#### 5.1. RESPEITO PELA NATUREZA

O atleta é responsável pelo transporte dos invólucros e outro lixo não natural, provenientes de géis, barras, etc., no seu próprio *camelback* ou cinto, depositá-lo no abastecimento mais próximo ou transportá-lo até à Meta. Não é permitido destruir ou alterar propositadamente qualquer elemento natural (muros, plantações, sinalética, marcações, etc.) ao longo do percurso.

#### 5.2. DIREITOS DE IMAGEM E PUBLICIDADE

A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do evento Ultra Trail de Cerveira e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento. Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização. É obrigatório o uso do material publicitário fornecido pela organização, (peitoral, autocolantes, etc.). Modificar, dobrar ou ocultar o material publicitário será alvo de penalização. A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza utilizar a sua imagem para a difusão da prova em todas as suas formas de comunicação (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, internet, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

### 5.3. PROTEÇÃO DE DADOS

Os dados dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora e para efeitos de processamento no evento nomeadamente, seguradora, lista de inscitos, notícias e classificação. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para [ultratrailcerveria@gmail.com](mailto:ultratrailcerveria@gmail.com). No caso de o participante ser associado da ATRP, o ato de inscrição pressupõe a autorização para que os seus dados sejam transmitidos para efeitos de elaboração da classificação, de estatística e de avaliação do evento, procedimentos da responsabilidade daquela Associação.

A organização não irá retificar quaisquer tipos de dados após um mês da realização do evento. A inserção destes é da exclusiva responsabilidade do atleta, pelo que, este tem que verificar se estes estão em conformidade, antes e depois da realização da prova.

### 5.4. MODIFICAÇÕES

Estas regras podem ser editadas, alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, sem aviso prévio. O facto de realizar a sua inscrição implica a aceitação do presente regulamento.

### 5.5. OUTROS

O júri de prova decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o evento e que não foram objeto de regulamentação ou sobre más interpretações do presente regulamento.

## 6. INFORMAÇÕES ADICIONAIS

### 6.1. COMO CHEGAR

<https://www.cm-vncerveira.pt/pages/200>

### 6.2. ONDE FICAR

<https://www.cm-vncerveira.pt/pages/202>

### 6.3. LOCAIS A VISITAR

<https://www.cm-vncerveira.pt/pages/383>  
Solo duro Pavilhão Municipal de Cerveira

### 6.4. CONTACTOS:

E-mail: [ultratrailcerveria@gmail.com](mailto:ultratrailcerveria@gmail.com)  
Telefone fixo: +351 258 847 376  
Telemóvel: +351 967 096 945 (José Carlos Alcobia)  
+351 968 141 585 (Aires Rocha)

### 6.5. PARA OUTRAS INFORMAÇÕES CONSULTE O SITE:

<https://ultratrailcerveria.com/>

